

## **Pataletas.....(generalmente en niños de 1 a 3 años)**

Hay momentos en la vida del niño que nos sorprenden. Y esta situación es realmente una gran “sorpresa” para los padres.

El niño empieza a llorar, a *patalear*, a tirarse en medio del suelo de la calle o de casa ante cualquier nimiedad, cualquier tontería que le haya pasado. NO hay razón alguna que explique dicho comportamiento. Es una pataleta.

Las características de las pataletas son:

- suceden en cualquier momento.
- no hay una razón de peso que expliquen los lloros.
- Cuando intentamos calmarles suelen llorar y protestar aún más.
- Se pueden alargar bastante tiempo.
- A los padres “novatos” les deja bastante descolocados.

¿Qué hacer?

1. Identificar que es realmente una pataleta.
2. NO ENFADARNOS.
3. NO HACERLES MUCHO CASO. En muchos casos la pataleta se convierte en un verdadero chantaje para que los padres se sometan al poder del hijo.
4. Dejar que lloren un rato, no intentar calmarles de forma inmediata. Si les decimos que no lloren harán justamente lo contrario.
5. Con paciencia, intentar ir distrayéndoles poco a poco. A sabiendas que inicialmente nuestras palabras de consuelo servirán para acentuar sus lloros. Cabe insistir de forma regular e ir hablándoles.
6. Intentar moverlos de sitio, seguir el paseo, si estamos en la calle, aunque siga llorando. Si se da en casa, cambiarlos de sitio, de la habitación al comedor, p.ej.
7. Presentar personas, juguetes, *sin mucho interés por nuestra parte*, para intentar así que se vayan distraiendo.
8. Hablar poco, y con seguridad. Cada padre tendrá que aprender qué es lo mejor para cada niño.

Niños muy sensibles:

- les gusta que les hablemos, buscando la confidencialidad y apoyo.
- En ocasiones NO se pueden calmar solos, se “irritan” emocionalmente y necesitan de nuestra atención para que paren. Pueden estar llorando 2 horas sin parar y no es efectivo el “dejarlos hasta que se cansen”.
- Se aconseja estar por ellos y ayudarles a salir de los lloros y desesperación si vemos que no se calman (dejar pasar un tiempo mínimo, que puede ser de 15 a 20’).

Niños “fuertes” o “todoterreno”\*

- Imposible totalmente de hablar o razonar con ellos. Cabezotas.
  - Suelen acabar la pataleta rápidamente, tal y como empezó.
  - Se distraen más fácilmente que los del grupo anterior.
  - Tienen necesidad de “descargar” físicamente, generalmente contra alguien (padre, madre, hermanito, etc.).
  - Son especialmente útiles los juegos de descarga.
9. No permitir que nos peguen. Que estén enfadados es una cosa, que nosotros tengamos la culpa es otra. Podemos *desviar* la rabia zapateando el suelo, diciéndoles que el suelo tiene la culpa y que lo pisoteen fuerte.
10. En la gran mayoría de casos, paciencia, oír los lloros durante un rato con *alegría y comprensión*, si es posible (todo depende del temple de nuestros nervios en aquel momento).

Cabe tener en cuenta que el niño llora y *a la vez nos observa*. Mi sobrino, en plena pataleta, para por un instante, mira a ver qué hacen los adultos y después sigue llorando!!!. Por tanto están a la expectativa de a ver qué pasa.

Y “lo que pasa” son emociones, emociones del adulto. Puede ver a una mamá o un papá que exprese:

- Nerviosismo contenido.
- Inseguridad.
- Desbordamiento emocional, desesperación.
- Rabia.
- Tranquilidad.
- Complacencia.
- Actitud firme de no hacer caso al niño.
- Etc.

Al niño tenemos que hacerle entender, y, ojo, ésta puede ser una tarea de años, que rechazamos su *conducta, no su persona*. Vamos a hacerle caso y vamos a calmarle porque es él, no porque consiga coaccionarnos con sus lloros.

Fácil de describir en palabras y difícil de hacer en la práctica. En ocasiones muy difícil. Especialmente si hay público (familia, amistades, gente que pasa por la calle....).

Si seguís las normas anteriores es posible que la temporada de pataletas sea corta.

Si el niño/a tiene cinco o más años y aún sigue con pataletas es un grave problema de comportamiento. Es preciso consultar y pedir ayuda.

Las pataletas son la prueba de fuego para los padres. Es preciso comprenderlas e irán desapareciendo poco a poco.